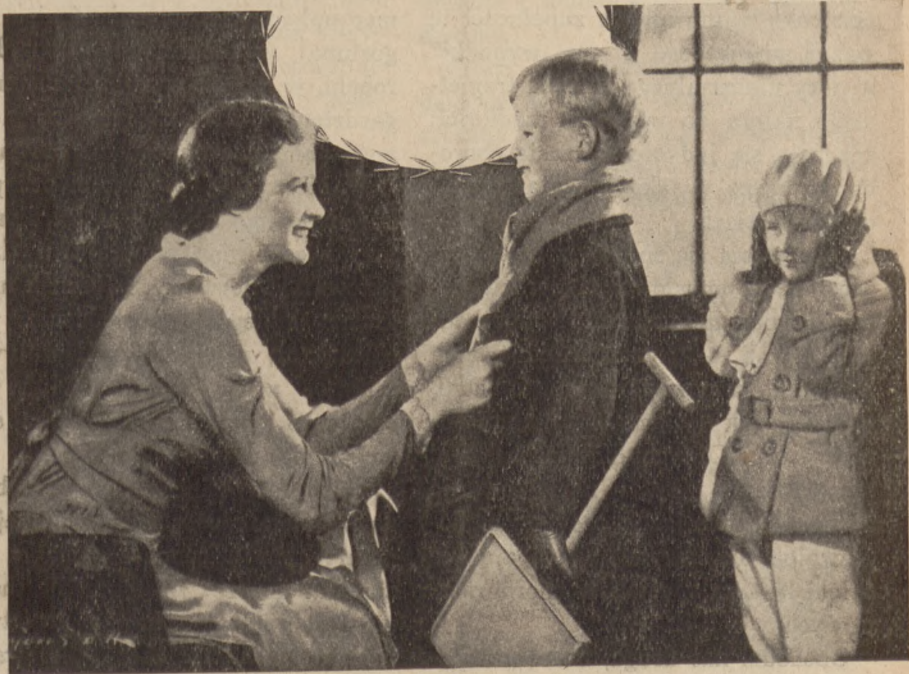
ROK VII
Nr. 5.

Marzec 1

Opłata uiszczona ryczałtem
Cena 70 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

O nocnem moczeniu.

Moczenie nocne polega na mimowolnem oddawaniu moczu we śnie Normalne dziecko, przyuczane do porządku, zaczyna już w drugim roku życia przzwyczajać się do powstrzymywania moczu we śnie, zaś w trzecim roku opanowuje w zupełności tę ważną umiejętność. T .zw. „wypadki" w nocy u normalnego dziecka trzyletniego należą do wielkich rzadkości; zdarzają się jedynie w czasie choroby, bądź też w jakichś wyjątkowych okolicznościach.

Inaczej ma się sprawa z dzieckiem zacofanem umysłowo, niedorozwiniętem, bowiem nie umie ono podporządkować woli — czynności oddawania moczu, która pozostaje u niego nadal, podobnie jak u niemowląt, aktem odruchowym. O tych dzieciach mówić nie będziemy, gdyż u nich moczenie nocne związane jest z ogólnym niedorozwojem duchowym i wymagają one opieki lekarza specjalisty chorób nerwowych.

Obchodzi nas druga, znacznie liczniejsza grupa dzieci, które, przyzwyczajone do porządku we wcześniejszym okresie życia, raptem w 5-tym, 6-tym roku lub nawet później — zaczynają moczyć się w nocy.

Cierpienie to jest o wiele częstsze, niż się naogół słyszy. Pozorna rzadkość jego wypływa z tego, że matki niechętnie o niem mówią, czemu się zresztą nie można dziwić.

Co jest powodem moczenia nocnego?

W mniejszości przypadków mamy do czynienia z pewnemi wadami organicznemi, jak nieprawidłową budową, lub stanem zapalnym narządów moczopłciowych, rozszczepieniem kręgosłupa; w niektórych przypadkach robaki, w innych wyrośla jamy nosogardzielowej mają się przyczyniać do powstania omawianego cierpienia.

W olbrzymiej większości przypadków moczenie nocne jest cierpieniem nerwowem, które powstaje u dzieci przeważnie nerwowych (jednak nie w sensie jakiegoś upośledzenia psychicznego), zazwyczaj pod wpływem jakiegoś urazu fizycznego lub psychicznego, jak np. kara cielesna, silne zmęczenie, przestrach i t. p.

Zbliżyliśmy się w ten sposób do najważniejszego szczegółu niniejszego artykułu. Chcemy, aby matka zrozumiała dobrze, że moczenie nocne nie jest niedbalstwem lub lenistwem dziecka, lecz jest chorobą, powstałą przeważnie na podłożu nerwowem.

Z tego założenia wypływa szereg ważnych wniosków.

Błądzą ci rodzice, którzy uważają moczenie nocne za objaw niedbalstwa i lenistwa i myślą, że wykorzenią je, jak i inne złe przyzwyczajenia, na drodze ciągłego karcenia, wymówek i mniej lub więcej dotkliwych kar. W rodzinach mniej inteligentnych

dziecko, obarczone tem cierpieniem znosi wprost katusze, obrzucane jest stekiem wymysłów, bite i stale zawstydzane przed rodzeństwem, służbą i rówieśnikami.

Ten sposób postępowania wydaje jak najgorsze owoce. Dziecko nerwowe, przeważnie głęboko zmartwione swem cierpieniem, poniżane ciągle przez otoczenie, traci ufność w swe siły, wiarę w życie, po pewnym czasie stwarza w sobie uczucie mniejszej wartościowości, co w przyszłości może być podłożem do powstania szeregu zaburzeń nerwowych, a nawet umysłowych, stokroć gorszych i uporczywszych, niż moczenie nocne.

Cóż więc matka powinna robić?

W pierwszym rzędzie potraktować moczenie nocne, jak chorobę, i zwrócić się do lekarza, aby stwierdził, czy niema jednak jakiegoś podłoża organicznego tego cierpienia. Po ustaleniu czysto nerwowego pochodzenia moczenia nocnego, lekarz winien razem z matką ustalić plan postępowania. Podkreślić należy, że inteligentna, opanowana matka, nadto znająca dobrze usposobienie i charakter swego dziecka, może oddać nieocenione usługi w leczeniu omawianego cierpienia.

W ten sposób podchodzę do II-go, niezmiernie ważnego szczegółu mego artykułu, mianowicie, w jaki sposób matka może zwalczać moczenie nocne.

Po pierwsze, matka musi uzbroić się w wielką cierpliwość, obliczając trwanie cierpienia nie na dni, lecz na miesiące i nie zrażać się chwilowemi niepowodzeniami.

Następnie powinna przystąpić do leczenia z wiarą, że zostanie ono opanowane i umieć wiarą swą natchnąć dziecko.

Prócz psychicznego wpływu na dziecko, o którym mówić będę obszerniej poniżej, należy stosować jeszcze szereg środków pomocniczych. Do nich należą: niepodawanie dzieciku w godzinach popołudniowych płynów, ograniczenie, zwłaszcza w godzinach wieczornych, pokarmów słonych, wywołujących pragnienie, zwracanie podczas dnia uwagi, by dziecko regularnie, w odstępach kilkugodzinnych, oddawało mocz i nie przyzwyczajało się do nadmiernego przepełniania pęcherza, co osłabia mięśnie zwieracze, oraz pilnowanie, by dziecko oddało mocz bezpośrednio przed udaniem się na spoczynek. Ważne jest zaobserwowanie, w jakiej porze nocy zdarza się najczęściej wypadek i wysadzanie dziecka w nocy o określonej godzinie, jakkolwiek zaznaczę, że kilkakrotne budzenie dziecka w nocy wyczerpuje je bardzo i zazwyczaj mija się z celem.

Najważniejszy jednak będzie wpływ psychiczny, wywierany na dziecko.

Rozróżniamy wśród dzieci, zlewa-

jących się w nocy, dwie kategorje: jedne są wrażliwe, przygnębione swem cierpieniem, inne raczej obojętne, oporne na perswazje.

Należy w stosunku do nich wybrać różne sposoby postępowania.

U pierwszych należy stosować perswazję, podnosić je na duchu, natchnąć wiarą, że się napewno wyleczą, starać się wyrobić w nich silną wolę i wpoić przekonanie, że silną wolą same zwalczą cierpienie.

Można tu stosować różne metody, np. prowadzenie dzienniczka przez dziecko, które co rano zapisuje krzyżyk lub kółeczko (zależnie od umowy) na znak, jak przeszła noc, można wieczorem kazać dziecku przesuwać paciorki na nitce i kazać powtarzać kilkanaście razy: „dzisiaj w nocy nie zdarzy mi się wypadek" i t. p.

O tem, jak błędna jest metoda kar w stosunku do tych dzieci, przekonała mnie jedna bardzo inteligentna i subtelna 9-cioletnia dziewczynka, która po dwóch latach choroby przestała zupełnie zlewać się w nocy, pod wpływem wstrząsu moralnego, jakiego doznała, widząc łzy matki, która znalazła ją pewnej nocy w istnej kałuży. Dziewczynka ta po dłuższym okresie zupełnej poprawy wyraziła się: „Żadne krzyki, żadne wymówki i żadne kary nie zrobiły na mnie takiego wrażenia, jak to, że mamusia przezemnie płakała i nie spała całą noc".

Trudniejszy sposób postępowania jest z dziećmi obojętnemi, krnąbrnemi. W tych przypadkach należy rzeczywiście uciec się do pewnych kar i represyj. Chcę jednak jak najdobitniej podkreślić, że gwałt, jakiego tu użyjemy, ma być przemyślany, bowiem ma być środkiem prowadzącym do celu, nie zaś aktem zemsty lub nieopanowanym wybuchem gniewu.

W tych przypadkach celowe jest zastraszenie dziecka bólem fizycznym, koniecznością operacji i t. p.

Bywały przypadki uporczywe, w których zaaranżowanie „operacji", w porozumieniu z lekarzem, odrazu przerywało moczenie nocne, tak samo, jak w innych przypadkach cierpienie przechodziło po zastosowaniu przez lekarza bolesnej elektryzacji.

W przypadkach, w których nerwy matki nie dopisują, lub gdzie cierpienie ma wyjątkowo uporczywy przebieg, najlepiej jest umieścić dziecko na jakiś czas w szpitalu, bądź lecznicy, gdyż często zmiana warunków i obce otoczenie wywierają korzystny wpływ.

Dr. M. Stopnicka.

Do wiadomości matek podajemy!

W każdy wtorek i czwartek o godz. 18-ej odbywają się bezpłatnie pogadanki z zakresu odżywiania i pielęgnowania niemowlęcia w 1-ym roku życia.

Najbliższą pogadankę wygłosi Dr. M. Stopnicka.
Adres: Nowy Zjazd Nr. 1. Instytut Propagandy Czystości. Parter.

Szczepienie zapobiegawcze przeciwgruźlicze u dzieci.

Wiemy wszyscy, jak straszną chorobą jest gruźlica i jak dużo ofiar zabiera ona stale, szczególnie w wieku dziecięcym. Najbardziej wrażliwemi na zakażenie gruźlicą są niemowlęta i dla nich chwilowe nawet bliższe zetknięcie się z gruźlikiem jest równoznaczne nieomal z niechybnem zachorowaniem, często bardzo ciężkiem i kończącem się śmiercią dziecka.

Dzieci starsze są znacznie mniej wrażliwe, lecz i u nich nie można nigdy przewidzieć, jakie skutki pociągnie za sobą nawet przypadkowe i chwilowe zetknięcie z zarazkiem gruźliczym. Najczęstszym powodem choroby gruźliczej u dzieci w rodzinach bywa obecność w domu osoby chorej na gruźlicę (która może o tem nawet nie wiedzieć) i stały lub czasowy kontakt jej z dzieckiem. Może to być matka lub ojciec, często bardzo osoby starsze, kaszlące, jak babka, ciotka, ktoś z domowników, wreszcie przygodni znajomi, goście i t. p.

Niezmiernie trudno przewidzieć wszelkie okoliczności zakażenia gruźliczego, a tem bardziej ustrzec dziecko od zakażenia zarazkami gruźlicy. Ileż to razy lekarze obserwują tragedje rodzin, w których niespodziewanie zupełnie dziecko umiera na gruźlicze zapalenie opon mózgowych, a później dopiero wychodzi na jaw, że w domu mieszkała lub przebywała czasowo, lub odwiedzała rodzinę osoba chora na gruźlicę.

To też nietylko wtedy, gdy wiadomo, że w rodzinie są chorzy na gruźlicę, musimy myśleć o uchronieniu od niej dzieci; musimy stale o tem myśleć nawet wtedy, gdy najbliższa rodzina jest zupełnie zdrowa, gdyż nie możemy nigdy z zupełną pewnością zapobiec przypadkowemu zakażeniu się dziecka gruźlicą od osób, z któremi może wejść w kontakt.

Do niedawna w tej akcji zapobiegawczej byliśmy prawie bezbronni. Jak dotąd, było tylko wiadomo, że w rodzinach gruźliczych można uchronić dziecko przed zachorowaniem na gruźlicę przez absolutne oddzielenie go od chorej matki lub ojca natychmiast po urodzeniu się dziecka, na przeciąg przynajmniej około 2-ch lat.

Praktycznie, w naszych warunkach jest to prawie niewykonalne z wielu względów: braku uświadomienia w szerokich warstwach społeczeństwa, braku odpowiednich wzorowo urządzonych i prowadzonych zakładów, w których dziecko mogłoby przebywać poza rodziną w przeciągu określonego terminu i t. p.

To też z wielką radością należy przypomnieć fakt wykrycia przed 10-ciu laty przez uczonego francuskiego, Calmette'a — szczepionki przeciwgruźliczej, zapobiegawczej.

której należyte zastosowanie pozwala uchronić dziecko od zachorowania na ciężkie postacie gruźlicy, mimo możliwości późniejszego zakażenia się, czy to w rodzinie, czy też przypadkowo, poza najbliższą rodziną.

Ponieważ od chwili pierwszego zastosowania szczepionki u noworodków (we Francji) upłynęło już blisko 10 lat (1924 r.), a liczba zaszczepionych dzieci w różnych krajach sięga przeszło miljon, mamy już dostateczne doświadczenie i prawo, aby zainteresować temi szczepieniami jak najszerszy krąg matek.

Czas przyszedł po temu, aby kobiety ,mające zostać matkami, zapoznały się bliżej i zawczasu ze sprawą szczepień przeciwgruźliczych i pomyślały o potrzebie i wartości zapobiegania szerzeniu się chorób gruźliczych wśród dzieci.

W krótkich słowach podam cyfry szczepień przeciwgruźliczych we Francji, jako kraju, w którym te szczepienia zostały zapoczątkowane i datują się od roku 1924.

W r. 1924 zaszczepiono we Francji 850 dzieci; liczba szczepień z roku na rok szybko wzrasta, tak, że w r. 1931 liczba zaszczepionych wynosi 101646 dzieci, a w r. 1932 do listopada zaszczepiono 102960 dzieci; ogólnie za wszystkie lata zaszczepiono we Francji 508098 dzieci.

Z obserwacji tego dużego materjału, lekarze wszystkich krajów wyciągają wniosek, że:

I. Szczepienia te są absolutnie nieszkodliwe.

II. Przyczyniają się skutecznie i wybitnie do zmniejszenia zachorowalności i śmiertelności na gruźlicę wśród dzieci szczepionych.

We Francji wśród samych tylko rodzin lekarzy zaszczepiono 514 dzieci. Żadne z nich dotąd nie zmarło z powodu gruźlicy; z liczby zaszczepionych (licząc od r. 1924) żyje do chwili obecnej 507 dzieci; wiele z nich znajduje się już w wieku 5—6—8—9 lat i wszystkie cieszą się dobrem zdrowiem, mimo, że z liczby tej 514 dzieci —60 znajdowało się w otoczeniu gruźliczem, 43—podejrzanem o gruźlicę.

Szczepić należy noworodki w pierwszych 10 dniach po ich urodzeniu się, a więc o szczepieniach przeciwgruźliczych należy myśleć zawczasu, zanim jeszcze dziecko przyszło na świat. Szczepienie odbywa się niezmiernie prosto, przez zwykłe podanie dziecku szczepionki łyżeczką doustnie. W rodzinach zdrowych cała sprawa na tem ogranicza się. W rodzinach, gdzie matka choruje na gruźlicę, dziecko po urodzeniu się powinno być oddzielone od niej na przeciąg najmniej 2 miesięcy, gdyż tyle czasu potrzeba, aby dziecko przez zaszczepienie nabyło odporności na zakażenie. W przeciwnym wypadku, dziecko może zakazić się od matki wcześniej, i szczepienie może nie odnieść skutku.

W Warszawie istnieje szereg ośrodków, zajmujących się szczepieniem przeciwgruźliczem dzieci, tam też należy zwracać się po wszelkie bliższe informacje, gdyż szczepienia powinny być dokonywane pod specjalną lekarską kontrolą. Szczepionkę otrzymuje się z Państwowego Zakładu Higjeny.

Dr. Jerzy Wiszniewski

Podsłuchane rozmowy.

„Nie wiem doprawdy, czy wszystkie matki mają taką udrękę ze swojemi dziećmi, jak ja; tracę już cierpliwość, nie mogę dać sobie rady ze swoją Alą. Jakaż ona jest przekorna, złośliwa, nieposłuszna; jeżeli jej czegoś zachce się, to życzenie jej spełnione być musi natychmiast, bo w przeciwnym razie krzyczy w niebogłosy, płacze, tupie nóżkami, a nawet często kładzie się na podłogę i z całej siły uderza o nią nóżkami“.

„Nigdybym nie przypuszczała, że Alunia taka złośnica, bo ilekroć ją widziałam, zawsze była grzeczna, spokojna, dobrze ułożona“.

„Nic dziwnego, że Pani nie zna jej z gorszej strony, bo Pani rzadko ją widuje i przytem przez krótkie kwadranse; zresztą przy obcych Alunia potrafi być grzeczna i dobrze ułożona, ale niechby Pani poobserwowała ją przez kilka dni, wówczas przekonałaby się, jakie ona ma kaprysy, grymasy, jak często potrafi płakać, krzyczeć, rozpaczać, wyrywać sobie włosy“.

„Powinna Pani poradzić się lekarza, może uda mu się wykryć istotną przyczynę takiego usposobienia Aluni, w każdym bądź razie coś pani poradzi“.

„O tak, z tym zamiarem oddawna noszę się“.

„Z moją Krysią też miałam niemałą udrękę, taka była złośnica, uparta, nieznośna; więc kilkakrotnie udawałam się z nią do lekarza. Były wypędzane z niej robaki, bo tak analiza wykazała; brała jakieś proszki, robiłam jej zalecone kąpiele i dziewczynka znacznie uspokoiła się, stała się grzeczniejsza, lepsza, mniej uparta. Ale zdaje mi się, że główną rolę w poprawie usposobienia u Krysi odegrała zmieniona nieco i ulepszona moja metoda postępowania z nią. Pod wpływem całego szeregu pytań i rzucanych przykładów przez tego lekarza. znalazłam mnóstwo błędów i karygodnych uchybień w wychowaniu swego dziecka. Te błędy i uchybienia wychowawcze stopniowo usuwałam i wynikłe stąd korzyści nie dały długo na siebie czekać“.

„Ciekawa jestem, jakie to pytania i jakie przykłady rzucał lekarz, do którego Pani zwracała się o radę“.

„Pytania te dotyczyły takich spraw, jak: czy zachowywany jest rygor w układaniu dziecka do snu o jednej i tej samej godzinie codziennie, czy podawanie pokarmów odbywa się również o stałych porach dnia, czy wśród pokarmów owoce i jarzyny dużą odgrywają rolę, czy dziecko często kąpie się, czy codziennie wychodzi się z nią na spacer, czy w mieszkaniu panuje ład i porządek, czy mieszkanie jest utrzymywane w należytej czystości, czy jest często przewietrzane. Dalej mówił, że jest źle, jeżeli dziec-

ko jest świadkiem częstego zdenerwowania matki lub ojca, czy dziecko to nie słyszy częstych szorstkich, opryskliwych przemówień, a nieraz gwałtownych swarów między rodzicami. Zapytywał, czy panuje zgoda między rodzicami w ocenie przewinień dziecka: może ojciec chciałby karać surowo za byle co, a matka jest zbyt pobłażliwa, albo przeciwnie — ojciec jest łagodny, a matka jest zbyt surowa. Poruszone były inne liczne zagadnienia, ale nie mogę tego wszystkiego Pani przytoczyć, bo zaraz wychodzę z tramwaju".

„Z tego, co mi Pani powiedziała, wynika niezbicie, że wychowanie dziecka bez defektów moralnych i fizycznych jest sprawą poważną i niełatwą i wymaga dużo pracy i umiejętności".

Na tem rozmowa przerwała się, bo matka Krysi wysiadła z tramwaju.

S. Ś.

Wpływ otoczenia na dziecko.

(C. d.)

Sprawa wychowania jest rzeczą wielkiej wagi i trudnem zadaniem z tego względu, że ile jest dzieci, tyle jest prawie odmian charakteru i zupełnie ściśle nie można stosować ogólnych metod wychowania. Weźmy rodzinę, złożoną z 4-ga—5-ga dzieci. Troje będzie idealnych, jedno—dwoje — niemożliwych choć wychowanych w tych samych warunkach i w tem samem środowisku.

W normalnych warunkach rodzinnych, nawet tam, gdzie kobieta pomaga mężowi w utrzymaniu domu, bądź pracą zawodową poza domem, bądź pracą przy domu — to jednak prawie cały ciężar utrzymania rodziny i związanych z tem kłopotów przypada mężczyźnie. Wychowanie więc dzieci należy do matki — w ciągłem jednakże porozumieniu się z ojcem.

Do tego, ażeby matka mogła podołać trudnemu zadaniu, dopomaga jej w dużej mierze intuicja macierzyńska. Oczywiście polegać na niej całkowicie nie można. A jednak, dzięki tej intuicji, zdarza się nierzadko, że kobieta, skądinąd zupełnie przeciętnej umysłowości — zdumiewa wprost swemi metodami wychowawczemi.

Znam taki fakt: matka zarabia na utrzymanie domu praniem, ojciec, człowiek chorowity, zarabia bardzo niewiele, jako szatny w lecznicy prywatnej. Przed zamążpójściem była w służbie. Wszystko, co było najlepszego, przejęła od swoich pracodawców, resztę dopełnił instynkt macierzyński. Umiała stosować do swoich dzieci higjenę w najszerszym zakresie. Umiała wpoić w nie najuczciwsze zasady.

W ich domu nie słyszy się nigdy sporów i kłótni, panuje zupełna harmonja, pomimo to, że te dwa pokolenia: rodziców i dzieci, różnią się bardzo pod względem umysłowym, bo najstarszy syn kończy w tym roku politechnikę, córka starsza, po ukończeniu pensji i kursów handlo-

wych, zajmuje posadę biurową w dużej instytucji handlowej, młodsza jest w wyższej klasie na pensji.

Umiała więc matka wychować dobrze dzieci i pokierować niemi, choć napewno nie studjowała odpowiednich dzieł pedagogicznych. Umiała sobie lepiej poradzić, niż niejeden zawodowy pedagog.

Wiele czynników składa się na taki lub inny charakter dziecka. W pierwszym rzędzie duże znaczenie ma strona fizyczna. Jest to rzecz zupełnie pewna, że dziecko zdrowe ma mniej wad, niż dziecko słabsze.

Pominąwszy już to, że dla słabszego dziecka, podlegającego częstemu zapadaniu na zdrowiu, ma się więcej pobłażliwości, niż dla zdrowego, traktuje się wyrozumiale jego rozmaite przewinienia, — to takie dziecko naprawdę nie może się poddać naszej woli, bo przeważnie z niedomaganiami ciała łączą się również niedomagania psychiczne. Jest to bezpośredni skutek, który przejawia się w przygnębieniu, zniechęceniu i t. d. Objawy te spotykamy tak samo u dzieci, jak i u dorosłych. Jakżeż wtedy wywierać jakikolwiek nacisk na dziecko. Obowiązkiem matki, jako o wiele więcej przebywającej z dzieckiem, niż ojciec — jest umieć w porę zauważyć i zbadać przyczynę smutku czy przygnębienia, z którego nieraz dziecko nie zdaje sobie sprawy.

Dziecko ma swój odrębny świat myśli, do którego dostać się można, pozyskawszy absolutne jego zaufanie. Komuż, jeśli nie matce, przyjdzie to z większą łatwością.

Należy się jednak postarać o nie bo wdzieranie się gwałtem w świat dziecka jest bezcelowe. Zamknie się wtedy, jak szkatułka czarodziejska, i już nic z niego nie wydostaniemy. Mając natomiast zaufanie do matki, dziecko samo do niej się zwróci we wszystkich swoich, zarówno radosnych, jak i ciężkich chwilach życia, bo wie, że matka wysłucha go życzliwie i cierpliwie i w miarę możności pośpieszy z radą i pomocą.

Ale pamiętać w tem miejscu należy o jednej bardzo ważnej rzeczy. Dziecko odepchnięte szorstko przez matkę wtedy, kiedy się do niej zwraca — takiem „odejdź, nie zawracaj mi teraz głowy" — *nie wróci.* A że jednak z pytaniem, które chciało zadać matce, uporać się nie może, — zwróci się w odpowiednim momencie już nie do matki, tylko do kogoś innego, kto niezawsze szczęśliwie matkę wyręczy.

W. Kalinowska.

Od Administracji

Do listów wymagających odpowiedzi w sprawach 1) porady, 2) administracyjnych, 3) redakcyjnych należy dołączać znaczek poczt. za 50 gr. Listy bez znaczka pocztowego pozostawać będą bez odpowiedzi.

Wdrażanie zamiłowania do prawdy.

Bertrand Russel o wychowaniu dzieci.

I. Jednym z głównych celów wychowania moralnego powinno być wdrożenie dziecku zamiłowania do prawdy.

Przytem chodzi tu nietylko o pewną zewnętrzną prawdomówność, to jest zgodność tego, co mówię, z pozorami prawdy w mej jaźni, co jest możliwe przy jednoczesnem załganiu się wewnętrznem człowieka.

Idzie o istotną, głęboką, „wewnętrzną" szczerość człowieka, szczerość w obliczu własnego przeświadczenia.

Wolę — wyjaśnia Russell — kogoś, kto kłamie z całkowitą świadomością tego, co czyni, niż kogoś, kto najpierw podświadomie oszukuje samego siebie, a potem wyobraża sobie, że jest pełen cnoty i prawdomówności.

Np. człowiek rozsądny i doświadczony życiowo, który twierdzi, że kłamstwo jest zawsze złe, okłamuje wszak takiem powiedzeniem samego siebie, przeczy swemu najistotniejszemu przeświadczeniu: w dzisiejszych warunkach społecznych jesteśmy nieraz do kłamstwa zmuszeni, kłamstwo jest dla nas nieraz jedynem wyjściem z sytuacji.

II. Bardzo ciekawy jest pogląd Russella, że w innym, przyszłym ustroju społecznym człowiek, miłujący prawdę, będzie o wiele rzadziej zmuszony do kłamstwa, niż to się dzieje w czasach dzisiejszych.

Dzisiaj bowiem wszystkie prawie wypadki, w których kłamstwo człowieka jest usprawiedliwione, to jest w których jest on do kłamstwa zmuszony, *są to te wypadki, w których czyjaś władza tyranizuje innych.*

Kłamliwość jako nawyk jest prawie zawsze wytworem strachu.

A więc dziecko, wychowane bez strachu, będzie prawdomówne nie dzięki wysiłkowi moralnemu, ale ponieważ nie przyjdzie mu nigdy na myśl, by być innem. Dziecko, które było traktowane mądrze i łagodnie, patrzy ludziom prosto w oczy i nie zachowuje się bojaźliwie nawet wobec obcych; *nie wyczuwa ono żadnej potrzeby kłamstwa,* jest szczere w każdym swym ruchu i słowie, w całem swem postępowaniu.

Natomiast dziecko, z którem obchodzono się surowo i na które krzyczano, jest w ciągłej obawie nagany i w ciągłej trwodze, że przekroczyło jakiś przepis, gdy tylko zachowa się w sposób naturalny; postępowanie takiego dziecka będzie stale kłamliwe, dziecko to w każdym ruchu, czynie i słowie będzie w niezgodzie ze swą wewnętrzną potrzebą takiego a nie innego zachowania się, będzie stale zakłamane.

III. *Gdy dziecko kłamie, rodzice powinni winić raczej siebie, niż dziecko.* Powinni walczyć z kłamstwem,

usuwając jego przyczyny, i wyjaśniając łagodnie i rozsądnie, dlaczego lepiej jest nie kłamać.

Nie powinni stosować kary, która powiększa jedynie strach, a więc właśnie motyw i przyczynę kłamstwa.

Zupełna prawdomówność dorosłych w stosunku do dzieci jest, oczywiście, bezwzględnie konieczna, jeżeli dzieci nie mają uczyć się kłamstwa.

Rodzice, którzy nauczają swe dzieci, że kłamstwo jest grzechem, a którzy jednocześnie kłamią przy nich, tracą naturalnie w oczach dzieci cały swój autorytet moralny.

Idea mówienia prawdy dzieciom, oparcia całego stosunku rodziców do dzieci na prawdzie, jest czemś zupełnie nowem. Nikt chyba nie czynił tego przed pokoleniem obecnem.

A i dzisiaj niewie rodziców zdobywa się na prawdę wobec dzieci, a to zwłaszcza, gdy chodzi o zagadnienie płciowe (czemu poświęcimy całą, specjalną pogadankę), oraz gdy chodzi o rzeczywiste pobudki postępowania dorosłych oraz o wartość moralną tego postępowania.

Uważało się ogólnie dawniej, a i wiele rodziców uważa jeszcze dzisiaj, że powinni oni grać wobec dzieci rolę bóstw, doskonałych i nieomylnych, niedostępnych namiętnościom ludzkim i kierujących się jedynie czystym rozumem.

Rodzice nie zdają sobie sprawy z tego, że dzieci są zdumiewająco przenikliwe; dzieci znakomicie rozumieją ukryte sprężyny działalności dorosłych, ich słabostki, omyłki, fałsz i obłudę; dzieci pogardzają blagą dorosłych i kpią sobie z morałów, którymi dorośli starają się uzasadnić swe błędy i namiętności, nie hamowane rozumem i taktem.

Nie pozujcie nigdy — zwraca się Russell do rodziców — na istoty bez błędów i przywar ludzkich. Dziecko wam nie wierzy, i nie lubiłoby was wcale więcej, gdyby uwierzyło.

Innem źródłem przyuczania dziecka do kłamstwa, i to źródłem leżącem



znowuż w postępowaniu dorosłych, jest grożenie karami, których się nie ma zamiaru stosować.

Russell nie waha się wypowiedzieć tę zasadę, aż tak drastycznie: „Nie groź! Jeżeli zaś grozisz, niech cię nic nie powstrzyma od wykonania twej groźby. Jeżeli powiadasz dziecku: „zrób to jeszcze raz a zamorduję cię!" — a ono to robi raz jeszcze i ty je, oczywiście, nie mordujesz, to dziecko traci cały szacunek dla ciebie. Nalegaj tylko wtedy, gdy masz po temu słuszne powody. Ale

skoro już zacząłeś nalegać, nie ustępuj.

Jeżeli grozisz karą, musisz być gotów do jej wykonania. Nie wierz twemu szczęściu, dzięki któremu twoja blaga mogłaby nie wyjść na jaw.

Szczególnie szkodliwe jest grożenie dziecku czemś przerażającem, jak, np., że je zamknie policjant albo porwie kominiarz. Wywołuje to z początku niebezpieczny stan nerwowego strachu, później zaś zupełną niewiarę w stosunku do wszelkich twych twierdzeń i gróźb.

Jeżeli zawsze gdy nalegasz, przeprowadzasz rzeczywiście to, o co ci chodzi, dziecko szybko przyswaja sobie przekonanie, że w takich wypadkach opór jest bezużyteczny, i wystarczy potem jednego twego słowa, aby uzyskać jego posłuszeństwo. I s t o t n y m j e d n a k w a r u n k i e m p o w o d z e n i a t e j m e t o d y j e s t, b y ś n i e n a l e g a ł, j e ż e l i n i e m a r z e c z y w i ś c i e p o w a ż n e j p r z y c z y n y.

Źródłem kłamstwa dorosłego wobec dziecka jest również często chęć dorosłego, by uniknąć odpowiedzi na pytania dziecka.

Dzieci wychowywane w pogodnej i swobodnej atmosferze, bez strachu, zadają niezliczoną ilość pytań. Pytania te są często bardzo męczące dla dorosłego, a niekiedy nawet i bardzo niewygodne, gdy np. odpowiedź szczera musi siłą rzeczy zdemaskować dorosłego w jego słabostkach, błędach, niewiedzy, braku umiejętności postępowania z dzieckiem lub z innymi dorosłymi i t. p.

Otóż należy wszystko czynić, by na pytania dziecka odpowiadać prawdą. Np. jeżeli dziecko zadaje ci pytanie, dotyczące religji, odpowiadasz mu dokładnie to co myślisz, nawet jeżeli przeczysz tem jakimś innym dorosłym osobom, które myślą inaczej. Odpowiedz, jeżeli zadaje ci pytanie, które ma na celu — w intencji dziecka — wykazać, że jesteś zły albo głupi. Odpowiedz mu, jeżeli pyta o śmierć. Odpowiedz, jeżeli pyta o wojnę lub karę śmierci. Nie zbywaj go nigdy słowami: „Nie możesz tego jeszcze zrozumieć!" Powiedz mu raczej więcej, a nie mniej, niż może zrozumieć. To, czego nie zdoła zrozumieć, będzie stanowiło podnietę dla jego ciekawości i ambicji w kierunku rozwoju swych sił i zdolności umysłowych.

Stała prawdomówność w stosunku do dziecka zbiera swe plony w postaci coraz zwiększającego się zaufania dziecka. Ma ono zresztą naturalną tendencję wierzenia w to, co mówi dorosły, ale szybko przestaje mu całkowicie wierzyć, gdy go złapie na kłamstwie, gdy wyczuwa w dorosłym blagę (a dziecko przenika to niesłychanie szybko i już w bardzo młodym wieku), gdy zorjentuje się w wewnętrznem zakłamaniu się dorosłego wobec samego siebie.

Wdrażanie dziecka do mówienia prawdy idzie więc, jak widzimy, zupełnie równolegle i jednocześnie ze zdobywaniem coraz większego zaufania dziecka przez dorosłego — i *leży to całkowicie, jedynie i wyłącznie w ręku rodziców i wychowawców.*

Janina Ryngmanowa.

Wszystko dla dzieci.

Wszystko dla dzieci! Hasło to rozbrzmiewa nie od dziś. Wszak „Stuleciem dziecka" nazwała Ellen Key — wiek dwudziesty. W wielu rodzinach, zwłaszcza uboższych, — trudno to hasło urzeczywistniać wobec dającego się z dniem każdym, coraz bardziej we znaki, kryzysu. Nawet potrzeby najmłodszych z dzieci nie mogą być w zupełności zaspokojone. A ileż to dzieci w wieku szkolnym wałęsa się po ulicach! Rodzice od ust sobie odejmują, by zaspokoić bodaj najelementarniejsze potrzeby swych młodych latorośli. I słusznie tak czynią. Organizm rozwijający się ucierpiałby więcej i dotkliwiej odczuł brak cukru, tłuszczu czy witamin, niźli dorosły. Czy jednak w sferze ducha i kultury wewnętrznej zachodzi również podobna konieczność? Czy matka lub ojciec winni zaprzeć się swego „Ja"? czy mają cały czas swój oddać na usługi dziecka? Nie sądzę. Uważałabym to nawet za szkodliwe dla samego dziecka. Niech ono widzi, że poza niem są inne prace i potrzeby. Niech się przyzwyczai spoglądać na matkę czy ojca, żyjących własnem życiem, odrębnem, od przeżyć, najbardziej nawet umiłowanych swych dzieci, którym lwią, ale nie całą, część życia swego oddają.

„Nie mam czasu na czytanie. Alusia absorbuje cały mój czas wolny". „Od lat blisko dwudziestu nie wzięłam książki do ręki. Dom, gospodarstwo, dzieci wypełniają mi czas. Wciąż tylko sprzątam, reperuję, gotuję, bo beze mnie wszystko szłoby Bóg wie jak!" „Żyję tylko dla dzieci! Nie mam chwili dla siebie!"

Te i tym podobne głosy dają się dość często słyszeć i w zupełności odpowiadają prawdzie. Zdawałoby się, że hasło: „Wszystko dla dzieci" znajduje w tych wypadkach całkowite zastosowanie. Zdawałoby się, że matka, która nie lata do kumoszek, pilnuje domu, stoi na straży ładu i spokoju tego domu, czyniąc to, z miłości dla męża i dzieci, jest wymarzoną żoną, panią domu i matką idealną. Śmiem temu zaprzeczyć. Matka owa z każdym dniem coraz bardziej się zaniedbuje, odbiegając od życia, w które jej dzieci wchodzą. Mało tego: nie kształcąc się, zapomina tego, czego się w dzieciństwie nauczyła, a nie postępując — cofa się. Tym sposobem dobrowolnie chińskim murem się odgradza od świata. I oto wkrótce dzieci spostrzegą, że matka nic im dać nie może poza sercem kochającem. Cały jej trud i troski dokoła ich wyżywienia, obszycia, wyprawiania do szkoły i t. p. wydają im się rzeczą zwykłą, normalną, od stopnia zamożności rodziców jedynie zależną. Nie cenią tego — przynajmniej dopóki to wszystko mają. Po-

mimo przywiązania do rodziców — rzadko przejąć się potrafią ich zmęczeniem czy niedomaganiem. Wrodzony im egoizm dziecięcy, radość życia i pęd ku niemu nie dozwala na to, będąc jakgdyby klapą bezpieczeństwa wobec przedwczesnych zgryzot i zmartwień, będących tamą w ich swobodnym rozwoju.

Mało ich wzrusza troska matki o to czy zjadły śniadanie, czy nałożyły boty lub rękawiczki. To są rzeczy tak małoważne, tak nieciekawe dla nich. Nie wiedzą jeszcze nic o odmrożonych rękach, o gruźlicy, jako skutku złego odżywiania, a mówienie im o tem uważają za zwykłe gderanie. Co innego byłoby, gdyby tak mamusia zrozumieć mogła, co wyraża ten lub ów rysunek, jakie znaczenie ma ten lub ów skok, i to, że yo-yo do tysiąca razy podnosi się i skręca bez przerwy. Żeby tak poszła z nimi w zapasy! A jaki ciekawy wypadek stał się w klasie! Cóż kiedy mama zawsze zajęta, nigdy niema czasu! Albo dzieje Tarzana, czy powieści Wellsa czy Majn-Reeda. Ach co za skarbnica dla bujania w krainie fantazji, na skrzydłach wyobraźni! Ale mama tego wszystkiego nie czyta, nie zna, nie rozumie!

Matko! wmyśl się w to, co myślą o tobie twoi: syn czy córka: ty nigdy dla nich nie masz czasu! A wszak dla nich tylko żyjesz? Poddaj rewizji swe zajęcia, swój czas, swe myślenie... Ty wszak nie znasz i poznać nie chcesz całych obszernych dziedzin obchodzących i interesujących twoje dzieci!

O ile mogłaś z ręką na sercu, gdy były niemowlętami, powiedzieć: „wszystko co czynię — czynię dla nich i przez miłość dla nich" — o tyle dziś twierdzenie takie byłoby wprost samooszukiwaniem się. Dziś działasz pod wpływem inercji: raz wprzężona w rydwan codziennych żmudnych, szarych obowiązków, dalej je spełniasz, nie przypuszczając nawet, że czekają cię prace inne, ważniejsze, a te częściowo choćby, powierzyć winnaś innym. Zważ, że przepaść dzieląca cię od twych dzieci zwiększa się z dniem każdym. Nie znajdując w tobie godnego ich powiernika — szukają innych, tem samem oddalając się od ciebie. Kochająca i kochana — będziesz się jednak czuć coraz bardziej osamotniona. Więc powiedz sobie: „Nie! Muszę im dorównać! Muszę się stać jak one — dzieckiem. Muszę poznać i ukochać ich świat i życie!"

Sporty, turystyka, nauka, sztuka — nic nie może pozostać ci obce i obojętne. Musisz czytać to, co one czytają, przeżywać to, co one przeżywają z tą ich młodzieńczą wiarą i fantazją! Musisz wchłaniać i brać od nich nietylko ich czystość i niewinność, ale i ich żądzę życia, ich pęd naprzód, ich ciekawość, chęć uchylenia tego, co przed niemi ukryte i to gorące pragnienie zdobywania nietylko tego, co stoi przed niemi otworem, ale i tego, co zdaje się niezdobyte i niedosiężone.

A dom? Prace domowe należy tak zorganizować, by zajmowały możliwie najmniej czasu w rozkładzie dnia, by nie absorbowały każdej myśli naszej i nie pochłaniały całej

energji. Najlepszą cząstkę dnia oddajmy dzieciom bezpośrednio! Ona się im, nie kuchni, ani porządkom domowym należy. I ocenić to zdołają.

„Czuję, mamusiu — powiedział pewnej matce jej dwunastoletni syn — że gdy mię słuchasz, ukradkiem spoglądasz na zegar, myśląc o tem, czy tam w kuchni coś się nie wygotuje lub nie przypali. A ja takbym chciał, żebyś ty, kiedy chcę z tobą mówić, nie myślała o niczem innem! *Niech choć raz pieczeń się przypali!* Zapomnij o niej! Niech wiem, że myślisz tylko o tem co ci mówię".

Dziecko to nie potrzebowało swej matce drugi raz w życiu tego powtarzać. Przyznała mu rację i zorganizowała w ten sposób swe zajęcia, że gdy syn powracał ze szkoły — mogła się zawsze od nich oderwać.

Nie każde dziecko w ten sposób się wypowie, nie każde bowiem sądzi, że może być inaczej, że jego krytyka wpłynie na zmianę postępowania matki...

Ale wiele dzieci tak myśli...

Lecz by zrozumieć dziecko, jego życiem żyć, jego świat wchłaniać w siebie, nie dość jest obserwować, czytać, kształcić się, pracować nad sobą, bawić się i podróżować z dzieckiem po rzeczywistych czy urojonych krainach. Trzeba się samej czuć dzieckiem. Trzeba się czuć wiecznie młodą i młodą pozostać!

Dr. C. Bańkowska.



Kształcenie wrażliwości estetycznej.

Na co małej, 7-letniej Lilusi w Katedrze uwagę zwrócić? Co jej pokazać?

Kiedy się trochę rozejrzała po Katedrze, mówię: „Prawda, jakie śliczne czerwone, niebieskie, fioletowe plamki na posadzce? To przez te kolorowe szybki światło się przedostaje. A jak się szkiełka w żyrandolu mienią! Jakie okna duże, długie a wąskie!" Po chwili znów, czy w innem miejscu, lub nazewnątrz jeszcze: „Jaki ten kościół olbrzymi! a murowany przytem, nie drewniany. Kwiaty z kamienia, liście. Jakby koronki przy ambonie, ołtarzach — wszędzie. Patrz jaki duży, duży, wielki ołtarz! A co za piękne sufity. — Patrz, Lili, tu na tym pomniku ci dwaj, jakby śpią: biskup i rycerz. Objęli się — to bracia. Tu ojciec z małym synkiem spoczywa. Tu ksiądz w dawnym stroju, w niezwykłej czapeczce. Tu dawny wojak w zbroi. A między tymi 2 braćmi włócznia leży".

„Tu u św. Jana przed wielkim oł-

tarzem koronowano naszych królów. Na tym tronie siedzi zwykle arcybiskup, na tamtym — biskup, w tych ławkach-stallach — dostojnicy świeccy i duchowni podczas uroczystości kościelnych. Jak tu cicho! Dziwnie wyraźnie słychać naszego kroki! Nie odważylibyśmy się głośniej odezwać! Jak tu ślicznie!"

Ale kiedyśmy już podkreślili ogrom budynku, koronkowość ozdób, czarowny półmrok, niezwykłość oświetlenia dzięki witrażom, coś aż kusi mówić o Małachowskim, Dekiercie... Cóż robić? Przedwcześnie. Nie można więcej, jak: „To pomniki mądrych, zacnych ludzi, którzy dużo dobrego zrobili dla wszystkich, dla Polski całej". Nazwiska i już dosyć. Nie można mówić o prawach mieszczan, ludu, czy szlachty do obywatela, który zna dopiero jedno *prawo* — do zabawy, a *obowiązki* mycia się i czesania takie mu są ciężke. Jeśli jednak z „Pisemka" czy książek, któreśmy mu czytali, z ilustracyj, które oglądał, zna już jaki szczegół, wiążący się z Katedrą, przypomnijmy mu go tu, odświeżmy w pamięci.

Kiedyindziej znów na wycieczce w Zamku mówimy: „Tu król sypiał, a tu się ubierał. W tamtym pokoju pisał, czytał, pracował — to jego gabinet. Kaplica — niewielka, a ta biała komnata to jadalnia. Tu był teatr królewski, tam posłów od innych królów przyjmował, a tu swoich poddanych, przybyłych z prośbą, w interesie. Jakie duże, piękne sale! Jakie śliczne obicia, posadzki, kominki, żyrandole, zegary! Przez te okna zgóry patrzył król w dal, na drugi brzeg Wisły". No i odpowiadamy jeszcze na pytania dzieci, a tych zawsze sporo...

Na wspomnienia historyczne, postacie, dzieje samego gmachu i tyle innych stron — czas później przyjdzie. A jeśli pokazujemy dziecku z miłością, co miłości godne, co się z przeszłością narodową wiąże, budzimy wrażliwość na piękno, pociąg do tego, co estetyczną rozkoszą oko czy słuch pieści — zrobiliśmy już swoje narazie... Zapalony przez nas płomyk, powoli w wielki się płomień przemieni. Najważniejsza, że był tu z mamusią, której wierzy, ufa, która jest jego wzorem postępowania, to i sam przyjdzie potem z pewnością!

Józefa Gażyńska.

Wizyta u Hanki i Januszka.

— Aniu, idziemy na wizytę do Hanki i Januszka. Tylko musisz się sama ubrać, bo wstyd byłoby, gdyby taka duża dziewczynka, chodząca z wizytami, nie umiała sama nałożyć sukienki i pantofli. —

Ania z buzią rozweseloną, sapiąc i do pomocy, wysuwając języczek na brodę, nakłada sukienkę i pantofelki Ach, te buty! Gdyby nie to, że idzie na wizytę i mamusia kazała samej się ubrać, Ania napewnoby usiadła na podłodze i rzewnie płakała, bo przecież te buty nigdy porządnie nie chcą

wejść na nóżki, a przytem Ania zawsze się śpieszy bardzo do swych zajęć. Lecz dziś wszystko idzie tak jakoś sprawnie i za parę minut Ania z rodzicami jedzie na wizytę. Jedziemy „tandalem", mówi uradowana. Pamiętam, że to jest dosyć daleko.

A tymczasem Januszek i Hanka czekają na swego gościa. Siedzą przy oknie i rozmawiają:

— Ja jej dam swoją lalkę — mówi Hanka — będziemy się bawić w mamę i tatusia. — No to ja już będę tym tatusiem — odzywa się Januszek. Lecz Hanka udaje, że nie słyszy, bo ona sama zamierza być tatusiem. — Zresztą — zwraca się od niechcenia, aby odwrócić uwagę braciszka — będziemy się bawić w „niedźwiedzia". — Dobrze — zgadza się Januszek — ja będę tym niedźwiedziem. — Ach, ty zawsze chcesz wszystkiem być — przerywa Hanka, a Januszek już układa buzię w podkówkę, gdy wtem rozlega się dzwonek i dzieci biegną do przedpokoju.

Co za radość. Na wyścigi rozbierają swego małego gościa i prowadzą do dziecinnego pokoju. Wyciągają z kątów wszystkie zabawki, które w tej chwili nabierają dla Hanki i Januszka niezwykłego uroku. Już to nie stare, tak znane lalki, kotki i misie, lecz jakieś inne, jakby nie te same, bo przecież Ania tak się niemi zachwyca. Zabawa idzie w najlepsze. Budują wielki dom. Dom się przewraca. Tyle śmiechu. Jak to zabawnie, jak się dom przewraca. A potem śpiewają „stoi różyczka w czerwonym wieńcu" i „stary niedźwiedź mocno śpi".

— Zamało osób! — krzyczy Hanka i tupot nóg, biegnących po rodziców dzieci rozlega się po całym domu. Zabawa z mamusiami i tatusiami jeszcze lepsza.

— Dość już tego — mówi mamusia Hanki i Januszka — teraz odpoczniecie i będzie podwieczorek.

— Jak przy prawdziwym stole — dziwi się Ania, siedząc w małym fotelu przy małym białym stoliku.

A po podwieczorku — gry. Takie trudne. Wszyscy mówią: zimno, ciepło, gorąco i Hanka szuka schowanego przedmiotu. Teraz bawią się w pomidora. Mknie czas, za oknem ciemno się robi, zegar wybija godziny.

— Już idziemy do domu. — Przyjdź do nas jutro — wołają dzieci. — Nie — mówi mamusia Ani — jutro nie można, lecz w następną niedzielę wy przyjdziecie do Ani.

— Kiedyż to będzie ta następna niedziela — wzdychają Hanka, Januszek i Ania, usypiając dnia tego prędzej, niż zwykle.

Marja Piskorska.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani Mieczysławie Alexandrowiczowej.* Niemowlę odżywiane piersią powinno w drugiej połowie 5-go miesiąca lub na początku 6 przejść na 5-krotne odżywianie, co $3^1/_2$ godziny.

Przyczem powinno otrzymywać 4 × pierś, a 1 raz, najlepiej w porze południowej, kaszę mannę na smaku z jarzyn i jarzyny.

Kaszkę mannę w ilości 2 łyż. od herb. należy gotować na smaku z jarzyn, aż do zupełnego ugotowania i otrzymania 150 gr. Po ugotowaniu należy dodać $1^1/_2$ łyż. od herb. cukru i $^1/_2$ łyż. świeżego masła.

Jako drugie danie jarzyny dobrze ugotowane, przetarte i zaprawione masłem i cukrem do smaku.

Z jarzyn może dziecko w chwili obecnej dostawać marchew, buraki. szpinak, jarmuż.

Oprócz powyższego, surowe soki lub jabłko skrobane w ilości stopniowo od 1 do 6 łyż. od herb.

Z chwilą ukończenia 7 miesięcy należy jeszcze jedno karmienie piersią zamienić pełnem mlekiem krowiem w ilości 180 gr. z dodatkiem 20 gr. cukru z 2 sucharkami.

Waga córeczki Pani jest nieco niższa, niż przeciętna norma wagi dziecka w tym wieku.

2. *Pani H. Nikołajewowej.* 6-mie-

sięczne niemowlę odżywiane wyłącznie sztucznie powinno jadać 5 × na dobę w odstępach $3^1/_2$ - godzinnych. Poszczególna porcja pożywienia 180 gr.

4 × powinno otrzymywać tę samą mieszankę, którą dostawało dotychczas, t. j. 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem $1^1/_2$ łyż. cukru na 100 gr. mieszanki. Jako 5-te jedzenie, w porze południowej, kaszę mannę na smaku z jarzyn i jarzyny. Sposób przygotowania znajdzie Pani w odpowiedzi Nr. 1.

Z chwilą ukończenia 7 miesięcy. jedną mieszankę należy zastąpić mlekiem pełnem w ilości 180 gr. z dodatkiem 2 łyż. od herb. cukru i 2 sucharków.

Oprócz tego surowe soki lub jabłko skrobane.

Tran należałoby małemu podawać w ilości 1 łyż. od herb.

3. *Pani Janinie Brzoskowej.* 10-tygodniowe niemowlę, odżywiane piersią, powinno jadać 6 × na dobę w odstępach 3 - godzinnych.

Soki, dziecku odżywianemu piersią, dajemy zasadniczo dopiero w 5 lub 6 miesiącu życia, o wcześniejszej potrzebie podawania soków decyduje lekarz domowy.

Co do wyprysków na twarzy, to na odległość trudno nam jest coś powiedzieć, być może są one naskutek skazy wysypkowej. Należałoby w tym przypadku pokazać dziecko lekarzowi specjaliście chorób dzieci. Gdyby to jednak w tej chwili nie było możliwe ze względu na dużą odległość od lekarza, można narazie zastosować zmywanie twarzyczki oliwą i nie moczenie wodą.

Na spacer najodpowiedniejsza jest pora południowa. Jednakże im bliżej wiosny i dnie są dłuższe, można z dzieckiem wyjść też około godziny 3-ej.

Zaczynać spacer należy od 15 minut, przedłużając stopniowo do kilku godzin.

Djeta matki karmiącej: poza nieużywaniem alkoholu, ostrych przypraw i kapusty kwaszonej, nie powinna odbiegać od normalnej.

4. *Pani Janinie Posiertkiewiczowej.* Wzrost i waga córeczki Pani znacznie przewyższają przeciętne normy dzieci w tym wieku.

Djeta stosowana przez Panią jest dobra. Jeżeli dziecko niema zaparcia to może dostawać kisiele, — w przeciwnym razie lepiej ich nie podawać.

5. *Pani Zofji Stankiewiczowej.* Broszury omawiającej dokładnie sztucznie odżywianie niemowlęcia wraz z podaniem sposobu przygotowania nie posiadamy. Możemy jedynie na łamach „Mł. M." udzielać odpowiedzi na poszczególne zapytania, po otrzymaniu dokładnych danych co do wieku, wagi, wzrostu i stanu ogólnego dziecka.

Sądzimy, że w liście Pani zaszła pomyłka bądź co do wieku, bądź to co do wagi dziecka, gdyż nie wyobrażamy sobie, aby 2 miesięczne niemowlę ważyło 11.000 gr. Prosimy przeto o ponowne podanie nam wieku, wagi dziecka, a chętnie udzielimy wskazówek co do dalszego odżywiania dziecka.

Pozatem uważamy, że lepiej jest dziecku podawać mleko krowie, gdyż przy odżywianiu mlekiem koziem, częściej widzimy anemję u dzieci.

6. *Pani Stefanji Napierałowej.* Waga Pani córeczki jest niższa od przeciętnej w tym wieku. Oczywiście, ma tutaj znaczenie to, że córeczka Pani urodziła się bardzo mała.

6-tygodniowa córeczka Pani powinna dostawać pierś narazie 6 × na dobę w odstępach 3-godzinnych z przerwą nocą 6 godzin. W chwili obecnej poszczególna porcja 100 gr Ten sposób odżywiania dziecka należy zachować aż do osiągnięcia przez dziecko 4 kilo wagi. Potem można przejść na 5 jedzeń.

Jeżeli dziecku dobrze będzie wagi przybywać, nie należy się martwić, nawet z powodu wolnych stolców.

7. *Pani J. Mizerskiej.* W sprawie odżywiania Pani 3-letniej córeczki, odsyłamy Panią do artykułu dr. J. Wiszniewskiego, Nr. 23, „*Mł. M.*", 1932 r.

Jeżeli 3-letnie dziecko nie chce spać w dzień nie należy je do tego zmuszać.

8. *Pani Cecylji Lewandowskiej.* Waga i wzrost córeczki Pani odpowiadają przeciętnym normom dzieci w tym wieku.

Wysypka, powtarzająca się u córeczki Pani, bardzo być może, jest na tle skazy neuro-artretycznej.

Co do silnych i uporczywych wymiotów to trudno nam jest udzielić porady nie widząc dziecka.

Radzimy zasięgnąć rady specjalisty chorób dzieci.

9. *Pani G. Czosnowskiej.* Zapytuje Pani o jecorol, który polecił lekarz Jej córeczce. Całkowicie przychylamy się do ordynacji lekarza domowego, ponieważ jest to preparat naprawdę dobry.

Konkurs Firmy Włóczek-Wełny „Trójkąt w Kole"

KOMUNIKAT JURY:

Nagrody pieniężne otrzymały JWPanie:

I. H. i B. Seeligerówny, Łódź, i nagrodę Honorową	zł.	300.—
J. Librowska, Warszawa	„	200.—
W. Staniszkisowa, Warszawa	„	100.—
St. Melknerowa, Kraków	„	100.—
J. Bielska, Lwów	„	100.—
H. Cohn, Gdańsk	„	50.—
L. Frankel, Bielsko	„	50.—
J. Jankowska, Krotoszyn	„	50.—
G. Wrotnowska, Osiek-Dwór	„	25.—
Świadoszczowa, Warszawa	„	25.—
Razem	zł.	1000.—

Nagrody pocieszenia otrzymały JWPanie:

E. Bederowa, Warszawa; Z. Grajewska, Warszawa; Mandukówna, Warszawa; Straszkiewiczowa, Sosnowiec; Wachtlowa, Kraków; Z. Dębicka, Warszawa; Dobrzyńska, Warszawa; A. Frenklowa, Warszawa; B. Kanclówna, Białystok; St. Lisiecka, Kraków; Łodyńska, Warszawa; J. Olszewska, Śrem; E. Pohla, Bielsko; T. Rückhardt, Krotoszyn; Strauss, Lwów; M. Bielska, Warszawa; Bujalska, Zakopane; E. Nowakówna, Kraków; W. Robeznichs, Krotoszyn; I. Weber, Bielsko.

Zł. 100.— poza konkursem za najbardziej oryginalną robotę otrzymała JWPani Wiesława Włodek, Tarnów.